

EFEKTIVITAS TEORI KONSELING BEHAVIORAL DENGAN TEKNIK *SELF-MANAGEMENT* UNTUK MENTREATMENT DISIPLIN BELAJAR SISWA MA KALIFA NUSANTARA

Program studi Bimbingan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan

Universitas Pendidikan Ganesha, Singaraja, Indonesia

Email: ¹nur.hayati.2@undiksha.ac.id, ²iketut.dharsana@undiksha.ac.id,
³niketut.suarni@undiksha.ac.id.

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas teori konseling behavioral dengan teknik *self-management* dalam mentreatment disiplin belajar siswa kelas XI MA Kalifa Nusantara. Pendekatan yang diimplementasikan adalah metode *quasi experiment* dengan rancangan *Non-Equivalent Pretest-Posttest Control Group Design*. Populasi penelitian berjumlah 152 siswa, sedangkan sampel terdiri atas sampel sebanyak 48 siswa yang didistribusikan menjadi 24 siswa kelompok eksperimen kelas XI MM dan 24 siswa kelompok kontrol dari kelas XI RPL. Perolehan data dilakukan melalui angket disiplin belajar dan dianalisis menggunakan uji *Independent Sample t-test*. Temuan empiris mengindikasikan bahwa rerata skor disiplin belajar kelompok eksperimen meningkat dari 104,95 menjadi 114,33, sedangkan kelompok kontrol menunjukkan rerata dari 103,5 menjadi 108,2. Hasil uji *Independent Sample t-test* menghasilkan nilai Sig. (2-tailed) = 0,000 < 0,05 dengan t hitung = 5,938 yang merefleksikan adanya diferensiasi yang signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Lebih lanjut, koefisien effect size sebesar 1,71 yang berada di kategori kuat mengafirmasi bahwa konseling behavioral dengan teknik *self-management* memiliki efektivitas yang substansial dalam mentreatment disiplin belajar siswa kelas XI MA Kalifa Nusantara.

Kata Kunci: disiplin belajar, konseling behavioral, teknik *self-management*.

**THE EFFECTIVENESS OF BEHAVIORAL COUNSELING THEORY WITH
SELF-MANAGEMENT TECHNIQUES TO IMPROVE STUDENTS'
LEARNING DISCIPLINE AT MA KALIFA NUSANTARA**

**Guidance and Counseling Study Program, Faculty of Education
Universitas Pendidikan Ganesha, Singaraja, Indonesia**

Email: [1nur.hayati.2@undiksha.ac.id](mailto:nur.hayati.2@undiksha.ac.id), [2iketut.dharsana@undiksha.ac.id](mailto:iketut.dharsana@undiksha.ac.id),
[3niketut.suarni@undiksha.ac.id](mailto:niketut.suarni@undiksha.ac.id).

ABSTRACT

This study aimed to determine the effectiveness of behavioral counseling using the self-management technique in treating the learning discipline of eleventh-grade students at MA Kalifa Nusantara. The study employed a quasi-experimental method with a Non-Equivalent Pretest–Posttest Control Group Design. The research population consisted of 152 students, while the sample comprised 48 students, divided into 24 students in the experimental group from Class XI MM and 24 students in the control group from Class XI RPL. Data were collected using a learning discipline questionnaire and analyzed using the Independent Samples t-test. The empirical findings indicated that the mean learning discipline score of the experimental group increased from 104.95 to 114.33, whereas the control group showed a mean score from 103.50 to 108.20. The results of the Independent Samples t-test revealed a Sig. (2-tailed) value of 0.000 (< 0.05) with a calculated t-value of 5.938, indicating a statistically significant difference between the experimental and control groups. Furthermore, the effect size coefficient of 1.71, which falls into the large effect category, confirms that behavioral counseling using the self-management technique is substantially effective in treating the learning discipline of eleventh-grade students at MA Kalifa Nusantara.

Keywords: learning discipline, behavioral counseling, self-management technique.